

АНАЛІЗ ОЗДОРОВЧИХ ТРЕНІНГОВИХ ПРОГРАМ, ЩО ВПРОВАДЖУЮТЬСЯ В СИСТЕМУ ОСВІТИ ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ ТА ПОДОЛАННЯ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК У ПІДЛІТКІВ

Кабацька О.В.

Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна
Харківський обласний Палац дитячої та юнацької творчості
Харків, Україна

У статті розглянуті питання аналізу вітчизняних оздоровчих тренінгових програм, що впроваджуються в систему освіти України для профілактики та подолання шкідливих звичок у підлітків. Також представлені зарубіжні програми з формування здорового способу життя, активної життєвої позиції в підлітковому віці. Наданий матеріал розкриває аналітичні висновки щодо тренінгової оздоровчої роботи з підлітками з профілактики тютюнопаління, алкоголю, ВІЛ/СНІДу. Далі надано матеріали щодо проведення тренінгових оздоровчих заходів зі старшокласниками у позакласній роботі.

Ключові слова: аналіз, оздоровчі тренінгові програми, система освіти, профілактика, подолання, шкідливі звички, здоровий спосіб життя, підлітки, старшокласники.

В статье рассмотрены вопросы анализа отечественных оздоровительных тренинговых программ, которые внедряются в систему образования Украины для профилактики и устранения вредных привычек у подростков. Также представлены зарубежные программы формирования здорового образа жизни, активной жизненной позиции в подростковом возрасте. Представленный материал раскрывает аналитические выводы тренинговой оздоровительной работы с подростками по профилактике курения, алкоголя, ВИЧ/СПИДа. Затем представлен материал по проведению тренинговых оздоровительных мероприятий для старшеклассников во внеклассной работе.

Ключевые слова: анализ, оздоровительные тренинговые программы, система образования, профилактика, устранение, вредные привычки, здоровый способ жизни, подростки, старшеклассники.

The questions of analysis of the domestic health training programs which are inculcated in the system of formation of Ukraine for a prophylaxis and removal of harmful habits for teenagers are considered in the article. The foreign programs of forming of healthy way of life are also presented, to active vital position in teens. Material exposes the analytical conclusions of training health-improvement work with teenagers on the prophylaxis of smoking, alcohol, HIV/AIDS. Then the material on carrying out training improving actions for senior pupils in out-of-class work is presented.

Key words: analysis, health training programs, system of education, prophylaxis, removal, harmful habits, healthy method of life, teenagers, senior pupils.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ

Національна доктрина розвитку освіти України, затверджена Указом Президента, серед пріоритетів державної політики виділяє пропаганду через освіту здорового способу життя, медико-санітарного просвітництва, активних форм та методів збереження, зміцнення фізичного розвитку, розвитку та відтворення індивідуального здоров'я, стимулювання у молоді прагнення до нього [13].

Сучасна психологія, медицина, інноваційна педагогіка акцентують увагу на факторі збереження здоров'я завдяки бережливому й продуманому ставленню до психіки дитини з урахуванням психологічних особливостей.

Тільки здорова людина може бути успішною, тому необхідно адаптувати до шкільного рівня методики, які дозволять учневі захотіти стати й бути здоровим. Це можливо лише в умовах комфортності, коли навчання й виховання викликають у нього не тільки інтерес, але й задоволення, а це дає можливість підвищити свій рівень самооцінки й збільшити прагнення до прояву креативності [8].

ШЛЯХИ РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОБЛЕМИ

Міністерство освіти і науки України проводить цілеспрямовану роботу з підвищення рівня інформованості дітей і молоді щодо небезпеки вживання алкоголю, наркотиків, профілактики захворювання на ВІЛ-інфекцію/СНІД, формування мотивацій до здорового способу життя й безпечної поведінки, видання тематичної навчальної літератури, підготовки кадрів для профілактичної діяльності за цим напрямком, покращення системи ранньої профілактики, психолого-педагогічного діагностування, індивідуальної роботи, використання існуючого наукового та методичного потенціалу, вивчення прогресивного досвіду.

Далі пропонується огляд матеріалів різних сайтів інтернету з упровадження зарубіжних оздоровчих шкільних програм щодо профілактики тютюнопаління.

АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ І ПУБЛІКАЦІЙ

Уперше тютюнова індустрія почала пропонувати профілактичні програми проти молодіжного паління в середині 1980-х років у США. Цій ініціативі передувала низка важливих подій. У 1978 році міністр охорони здоров'я й освіти США Джозеф Каліфано звинуватив тютюнову індустрію в тому, що вона займається маркетингом серед дітей. Виник і почав поширюватися рух захисту прав тих, хто не палить. Федеральна торгова комісія розглядала можливості регулювання тютюнової реклами. У 1982 році тютюновій індустрії не вдалося уникнути підвищення федеральних податків на тютюн. Ці події викликали серйозне занепокоєння тютюнової індустрії, і створений виробниками тютюну Інститут тютюну розробив таємний документ «Розвиток стратегії тютюнової індустрії». (Згідно з рішенням суду тютюнова індустрія була змушена передати для ознайомлення громадськості свої раніш засекречені документи, й у даній публікації ми будемо користуватися цими внутрішніми документами тютюнової індустрії). У цьому документі, зокрема, говориться: «Потенційним позитивним результатом прийняття програм соціальної відповідальності може стати більш глибоке розуміння урядовцями потреб і поводження індустрії. Наприклад, програма профілактики куріння серед підлітків (доросле рішення) може попередити або відкласти подальші заходи регулювання тютюнової індустрії».

Отримавши схвалення своєї ініціативи, в 1984-му році Інститут тютюну розгорнув програму «Тютюн: допоможемо молоді вирішити». У передмові до цієї програми сказано: «Вона розроблена, аби допомогти молоді вивчити й розвинути свої власні цінності й моральні норми, бути чесними із самими собою в тому, що вони відчувають насправді... Молоді потрібні можливості досліджувати потенційні наслідки їхнього вибору, робити вибір і брати на себе відповідальність за зроблений вибір».

Основні ідеї цієї програми з того часу використовуються майже у незмінному вигляді й зводяться до наступного:

- паління — це доросла діяльність;
- діти повинні «утриматися» від паління;
- дорослі можуть курити, але вони повинні відмовляти дітей від паління до «тієї пори, доки вони недостатньо дорослі»;
- існує могутній тиск однолітків, що змушує палити.

Подальші профілактичні програми індустрії наслідували цей сценарій. Наприклад, тютюнова компанія R.J. Reynolds у 1991-му році розробила програму «Правильні Рішення. Прямо зараз». Серед її тем виділяються наступні:

- паління — це фактор ризику, подібний до «багатьох факторів, статистично пов'язаних з імовірністю розвитку хвороби в окремої людини» (це твердження веде до того, що тютюнова індустрія здається менш сміховинною в запереченні ризику паління для здоров'я);
- діти палять через могутній тиск однолітків;
- є безліч речей, які роблять дорослі, але не повинні робити діти.

Масштаб програми згодом зріс. RJR пропонував школам повнокольорові, глянсові матеріали. Серед безкоштовно запропонованих матеріалів є плакати, брошури для учнів і навіть «анти-палильний» навчальний план. Широко розповсюджені плакати розумно складені так, щоб поряд із явними словами проти куріння там були візуальні образи, що містять тонке послання на користь паління. RJR також оплачував діяльність програми «Правильні Рішення. Прямо Зараз» в орієнтованих на молодь місцях. Так само RJR досяг успіху в розміщенні плакатів програми в популярних кінофільмах та телевізійних шоу.

У Канаді була розроблена і запроваджена програма «Розумні рішення». Вона пройшла тестування в ряді шкіл, причому за згоду на тестування школі пропонували безкоштовні комп'ютери. Матеріали програми розсилалися в інші школи безкоштовно.

Програма була спрямована на вироблення навичок ухвалення рішення школярами щодо паління, на вироблення персонального ставлення підлітків до паління, обговорення факторів, що впливають на ці рішення. Програма майже не дає інформації про вплив тютюну на здоров'я. Замість цього вона пропонує обговорювати школярам, чи згодні вони з такими твердженнями як: «Паління сигарет призводить до виникнення смертельних захворювань і курці можуть бути здоровими людьми», — не згадуючи, що обидва твердження фактично вірні. Примітно, що програма просить учителів не критично ставитися до думки учнів: «Обов'язковим є те, що вчителі із самого початку дають зрозуміти, що вони не будуть оцінювати ставлення і думки учнів у цій програмі. Замість цього, вони будуть оцінювати розуміння школярами процесу прийняття рішень і того, що впливає на ці рішення».

Крім усього іншого, програма є досить громіздкою й у більшості шкіл у вчителів не буде ані часу, ані ресурсів для виконання усіх запропонованих занять.

У Росії в 2000 — му році при фінансовій підтримці тютюнових корпорацій «Філіп Моріс», «Джей-Ті-Ай», «БАТ» і «Реємтсма» був виданий курс для вчителів середньої школи «Мій вибір» (автори І. Ахметова, Т. Іванова, А. Йоффе, П. Положевець, А. Прутченков, Г. Смирнова). Хоча авторами курсу є російські фахівці на чолі з головним редактором «Учительської газети» П.Г. Положевцем, основні ідеї посібника дивно нагадують ідеї давніх програм американської тютюнової індустрії. Мета цієї програми — навчити підлітка самостійно мислити та приймати рішення, не перекладаючи відповідальності за свої дії на інших.

В основі курсу лежить у цілому вірний алгоритм із шести принципів про те, що кожна людина є вільною, що вона має право вибору, що для правильного вибору людині необхідна повна інформація. Але найважливішим для курсу є шостий принцип, до якого плавно підводять інші: «Я несу особисту відповідальність за свій вибір». Принципова відмінність вільної людини, що зробила самостійний вибір із декількох можливих альтернатив, полягає в тому, що вона готова й несе особисту відповідальність за свій вибір, й у випадку негативних чи небажаних наслідків за жодних обставин не перекладає цю відповідальність на інших.

Чи не правда, схоже на американський посібник 1984-го року? Фактично однією з основних цілей таких програм, як «Мій вибір», окрім покращення іміджу тютюнової індустрії, є навчання молоді, що, якими б не були наслідки паління, відповідальність за ці наслідки несе тільки той, хто з ними зіштовхнувся, але ніяк не виробник тютюнових виробів.

І як тут не згадати про те, що в усьому світі ведуться дискусії з приводу того, чи мусить тютюнова індустрія нести повну відповідальність за всю ту шкоду, яку завдають її виробни, згідно з екологічним принципом «забруднювач платить». І в США після розгорнутих багатьма штатами судових позовів тютюнові компанії змушені були визнати свою відповідальність за те, що державні органи витрачають величезні кошти на лікування викликаних тютюновими виробами захворювань. Тепер тютюнові компанії щорічно виплачують багатомільярдні суми для пом'якшення викликаних тютюновими виробами наслідків, у тому числі спрямовують значні кошти до фонду, що займається профілактикою паління серед підлітків, причому вони ніяким чином не контролюють діяльність цього фонду. Зрозуміло, це відбувається не з доброї волі тютюнових компаній і не в рамках їхніх благодійних програм, а за рішенням суду.

Українська цікава добірка інформації про паління в курсі «Мій вибір» 2000 – року випуску. У виданні, що фінансується тільки тютюновою індустрією й офіційно підтримується «Громадською радою з проблем підліткового паління» обсягом 104 сторінки, інформації про паління приділено п'ять абзаців або 27-м рядків. Обсяг інформації про негативні наслідки паління величезний, і вкрай важко вибрати з нього найважливіше. Але автори є фахівцями в процесі вибору, і вони виявили свої навички вибору в усій красі. Інформація начебто спрямована проти паління, але подана таким чином, аби посіяти в ній сумніви й підштовхнути до вибору на користь паління.

В останній інтернет-версії курсу «Мій вибір» (квітень 2003-го року) подано значно більше інформації про вплив паління на здоров'я, але вона представлена у вигляді матеріалів різних авторів, і сприймається як різні точки зору. До того ж, серед правильних свідчень розкидані фрази, що підштовхують до вибору на користь паління: «Підлітки починають палити через хвилювання, для підвищення, на їхню думку, розумової активності, поліпшення працездатності, при зубному болю, для заспокоєння нервів, від нічого робити. Існує думка, що чоловіки палять заради задоволення, тоді як жінки для заспокоєння, придушення негативних емоцій».

У профілактичних програмах тютюнової індустрії для зниження рівня підліткового куріння традиційно передбачається залучення батьків. Наприклад, на сайті «Брітш Амерікен Тобакко–Росія» зазначено: «важливим напрямком діяльності Громадської ради з проблем підліткового куріння є робота з батьками, що здійснюється разом із Видавничим домом «Здоров'я» за підтримки «БАТ Росія» та інших тютюнових компаній». Безумовно, без участі батьків не вдасться істотно скоротити вплив паління на підлітків, але дуже важливо, яким чином здійснюється це залучення.

ФОРМУВАННЯ МЕТИ СТАТТІ

Аналіз методів залучення батьків до профілактичних програм тютюнової індустрії показує, що вибір цих методів здійснювався дуже ретельно, але особливий інтерес викликає не те, що серед цих методів є, а те, чого серед цих методів немає.

Про те, яким чином тютюнова індустрія збирається залучати батьків до профілактики, свідчать і результати дослідження «Підліткове куріння в Росії», проведене Інститутом порівняльних соціальних досліджень у червні 2000 року на замовлення вищезгаданої Громадської Ради.

Результати дають чимало цікавих і корисних даних про стан проблеми й можливості її вирішення, але аналіз опитування та інтерпретації результатів дозволяють побачити чимало прихованих мотивів.

Практика залучення батьків до програм тютюнової індустрії явно суперечить даним досліджень, у тому числі тих, що були оплачені виробниками сигарет. Замість того, щоб радити батькам вести марні розмови про потенційні ризики паління для підлітків, *роботу з батьками варто зосередити у двох напрямках:*

1. Допомога батькам, що палять, у припиненні паління, при цьому треба ширше використовувати самих підлітків; багато хто з них готовий допомогти своїм батькам відмовитися від паління, і це буде сприяти їхній відповідальності і відмові від паління в майбутньому краще, ніж будь-які розмови про те, що підлітки не повинні палити.

2. Захист дітей від примусового вдихання тютюнового диму (необхідно наполегливо просвітницьку роботу батьків щодо безпеки примусового паління й навчати дітей навичкам захисту від впливу тютюнового диму, в тому числі диму, що йде від їхніх батьків).

Провал рекламних кампаній тютюнової індустрії щодо підліткового паління є не випадковим, а закономірним результатом, з огляду на їхній величезний досвід реклами сигарет.

Якби якесь рекламне агентство як критерій успіху реклами марки сигарет оприлюднило дані про те, як людям подобається гасло кампанії, але не намагалось вивчити, як ця реклама вплинула на рівень продажів даної марки сигарет, то навряд чи це агентство коли-небудь знову отримало замовлення на рекламу сигарет. Тютюнова індустрія володіє ретельними

методиками оцінки того, як тютюнова реклама може вплинути на наміри покупця придбати рекламовану марку. Але вона не збирається використовувати ці методики для оцінки того, як рекламна кампанія проти підліткового паління вплине на наміри підлітків НЕ купувати сигарети.

ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ СТАТТІ

Проаналізуємо оздоровчі програми для підлітків, які впроваджуються у систему освіти України.

З 1999 року у Харкові, Києві та Дніпропетровську з ініціативи та фінансової підтримки «Філіп Моріс–Україна» у взаємодії з міськими управліннями освіти реалізовується комплексна соціальна програма «Діалог», що має на меті профілактику та запобігання поширенню паління, вживанню алкоголю, наркотиків та інших негативних явищ у підлітковому середовищі. Розроблено й впроваджено авторські програми для занять з учнями 6-11-х класів, у тому числі, за модулем «Профілактика тютюнопаління».

Як зазначено в прес-релізах програми: «Концепція програми «Діалог» ґрунтується на тому, що кожен підліток може сам приймати відповідальні рішення і свідомо не починати палити, незважаючи на те, що робить той чи інший його одноліток (товариш)». Таким чином, хоча програма «Діалог» розроблена українськими фахівцями, її концепція частково збігається з давньою концепцією транснаціональної тютюнової індустрії.

У ході реалізації програми «Діалог» випущений ряд публікацій:

1. «Профілактика і звільнення від тютюнопаління дітей та підлітків» (збірник авторських програм і практичних рекомендацій для середніх навчальних закладів); автори: О.В. Вінда, О.В. Кабачна, Є.П. Ковальчук, Є.П. Коструб, Є.І. Нікітенко, В.Н. Ніколаївський, В.М. Носенко, І.Г. Сомова, А.І. Халін, І.І. Шеремет.

2. «Записник школяра».

3. «Формування навичок здорового способу життя у дітей та підлітків», автори: Н.Ю. Максимова, А.І. Капська, О.Г.Карпенко, Н.Л. Лук'янова, Н.Б. Підлісна, Е.П. Коструб, О.В. Винда, І.Г. Сомова, М.М. Галябарник, І.І. Цушко.

Цікаво, що в останній книзі немає жодних згадок про фірму «Філіп Моріс». Вона видана від імені Всеукраїнської благодійної організації «Громадська Рада з соціальних проблем розвитку підростаючого покоління», однак у численних газетних публікаціях з гордістю повідомляється, що підготовку й видання даної книги фінансувала фірма «Філіп Моріс». До речі, уся діяльність вищезгаданої Ради також фінансується тютюновими компаніями.

Видані книги мають досить великий обсяг і містять чимало корисної інформації, в тому числі про вплив паління на здоров'я. Більш детально концепції цих програм ми будемо розглядати нижче, а зараз згадаємо про складності їхньої реалізації. Для їхнього проведення необхідний значний час (програми розраховані на 30 навчальних годин) і висока психологічна кваліфікація та досвід проведення тренінгів.

Хоча у програмах згадується тютюнова реклама як фактор залучення підлітків до паління, але вона подається як стихійне лихо і, наприклад, в жодному разі не аналізуються заяви тютюнової індустрії про те, що її реклама спрямована лише на дорослих. Як засіб протидії тютюновій рекламі учням пропонується розробити «правдиву рекламу сигарет» або «намалювати плакат, присвячений антикурінню». Роль тютюнової індустрії, ані як джерела фінансування таких профілактичних програм, ані як провідного фактора поширення тютюнової епідемії, у програмі «Діалог» взагалі не обговорюється.

Наприкінці 2002 – го року в українських ЗМІ з'явилися повідомлення про те, що фонд «Здоров'я для всіх» проводить новий проект, в рамках якого для всіх 22 тисяч шкіл України випущений плакат проти підліткового паління. Головне гасло плаката «Обирай сам — бути здоровим чи палити» чітко витримане у кращих традиціях профілактичних програм тютюнової індустрії. Випуск плаката профінансувала компанія «Філіп Моріс». Вищезгадані програми мають загальну характеристику:

1. Їх основний зміст – це розробка навичок ухвалення рішень школярами щодо паління.

2. Навчають, що кожна людина сама робить вільний вибір курити їй чи ні, і повинна сама відповідати за наслідки свого вибору.

3. Підкреслюють індивідуальну відповідальність курця й замовчують суспільні фактори, що впливають на початок і продовження паління.

4. Прагнуть втягнути батьків, щоб ті пояснили дітям, що «є безліч речей, які роблять дорослі, але не повинні робити діти».

5. Виходять із того, що існує могутній тиск однолітків, що змушує палити, і тому необхідно навчити дітей, як протистояти цьому тиску.

6. Зазвичай супроводжуються соціологічними дослідженнями для одержання даних про поширення паління серед підлітків і супутніх даних.

За підсумками діалогу фахівців різних напрямків (вчителів, психологів, соціальних працівників, лікарів, юристів) у рамках програми «Сприяння просвітницькій роботі «рівний-рівному» щодо формування здорового способу життя в дітей та молоді», Міністерством освіти й науки України відпрацьована методика профілактичної роботи за методом «рівний – рівному». Розроблені модулі призначені для роботи педагогів-тренерів з підлітками двох вікових груп — 12–14-ти та 15–18-ти років.

Методика освіти «Рівний — рівному» складається з таких розділів: «Спілкуємось та діємо», «Твоє життя – твій вибір», «Прояви турботу та обачливість», «Знаємо та реалізуємо свої права». Прийнято наказ Міністерства освіти і науки України від 18.06.04 № 502 «Про організаційно-методичне забезпечення реалізації Проєкту «Освітня політика та освіта «рівний – рівному».

Зокрема, загальноосвітні навчальні заклади Волинської області тісно співпрацюють із громадською релігійною організацією «Ковчег» у вирішенні питань профілактики ВІЛ-інфекції/СНІДу, розроблений та використовується 10-годинний відеолекторій.

Загальноосвітні навчальні заклади Чернівецької області широко співпрацюють із лекторами Регіонального благодійного фонду «Змінюючи світ».

У рамках реалізації проєкту «Подолання епідемії ВІЛ-інфекції/СНІДу в Україні» в навчальних закладах Чернігівської області здійснюється апробація просвітницької програми «Додаткова освіта для підлітків 12–13-ти років» (автор Чала Т.І., методист Чернігівського ОЦПППСР).

У межах інформаційної кампанії із запобігання поширенню ВІЛ-інфекції/СНІДу у навчальних закладах Харківської області пройшов конкурс серед педагогічних працівників на кращу методичну розробку позакласних виховних заходів із зазначеної тематики.

Починаючи з 2003 – го року у нашій державі розпочав своє впровадження проєкт «Школа проти СНІДу». Впровадження проєкту здійснюється у 8–9-их та 10–11-их класах загальноосвітніх навчальних закладів. За результатами апробації проєкт рекомендовано МОН України і Комітетом Верховної Ради України з питань науки і освіти для поширення в усі регіони. Навчання педагогів-тренерів, профілактична робота з підлітками відбуваються за сприяння дитячого фонду «Організації Об'єднаних Націй (ЮНІСЕФ)», «Міжнародного Альянсу з ВІЛ/СНІД в Україні», дитячого фонду «Здоров'я через освіту».

Цей проєкт спрямовано на досягнення двох базових цілей:

- захист молоді, якій доводиться дорослішати й розв'язувати проблеми повсякденного життя в умовах епідемії;

- захист людей, які живуть з ВІЛ.

Завдання проєкту:

- надати молоді достовірну й повну інформацію з проблеми ВІЛ/ СНІДу;
- сприяти формуванню адекватних ставлень до цієї проблеми і людей, які живуть з ВІЛ;
- розвивати необхідні уміння й навички, які зменшують схильність молоді до ризикованої поведінки;
- сприяти створенню придатного середовища для здоров'я й розвитку учнів.

Навчання відбувається у формі тренінгів. Ефективні програми з профілактики ВІЛ/СНІДу здійснюють комплексний вплив на поведінку учнів. Вони спрямовані на формування здорової, просоціальної особистості й сприятливого оточення для неї. Особлива увага в цих програмах приділяється розвитку життєвих навичок. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) *життєві навички* — це здатність людини до адаптації, позитивної поведінки, подолання труднощів повсякденного життя. Іншими словами, *життєві навички* - це соціально-психологічна компетентність, яка допомагає людині вести здоровий і продуктивний спосіб життя, адекватно сприймати себе й навколишніх, будувати позитивні міжособистісні стосунки, критично і творчо мислити, приймати відповідальні рішення, розв'язувати проблеми і керувати стресами.

Однією з головних умов ефективного впровадження проекту «Школа проти СНІДу» є підготовка вчителів. У Харківській області навчання на тренінгових експрес-курсах пройшли 38 педагогів. 18 із них навчались на базі ресурсних центрів з ВІЛ/СНІДу у містах Київ, Миколаїв, Херсон. Решта — на базі Сумського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти. Викладачі курсу – старші викладачі Сумського ОІППО В.М. Успенська та Л.А.Коростіль. Головна мета підготовки вчителів полягає у тому, щоб сформувати в учасників курсів практичні знання, уміння і навички, необхідні для ефективного впровадження проекту «Школа проти СНІДу» у школі, а саме: отримати вичерпну інформацію з проблеми ВІЛ/СНІДу; оволодіти змістом і методами проведення тренінгових занять для учнів; чітко дотримуватися технології впровадження проекту у школі.

У результаті інтенсивної підготовки вчителі отримали цілісне уявлення про проект, базову інформацію з проблеми ВІЛ/СНІДу й вичерпні відповіді на запитання про чинники ризику і методи захисту від нього; ознайомилися з методом навчання на основі розвитку життєвих навичок; оволоділи сучасними методиками інтерактивної групової роботи; спільно відпрацювали базові тренінги. Результатом успішного закінчення курсів є відповідний сертифікат педагога-тренера.

Не зважаючи на інтернет-оцінки різних сайтів, нами була проведена робота зі впровадження програми «Діалог». Далі ми приводимо результати наших досліджень впливу тренінгових програм формування здорового способу життя на формування культури здоров'я підлітків.

На базі Центру валеологічних знань Харківського обласного Палацу дитячої та юнацької творчості була проведена 30-годинна психолого-валеологічна тренінгова програма О.В. Вінди «Життя без гачка» (профілактика тютюнопаління та інших форм залежної поведінки), включена до програми «Діалог».

Нами, у 2001-2002 навчальному році, провадилося анкетування підлітків 13–14-ти років, учнів 8-Б класу ЗОШ № 37 м. Харкова у кількості 26 дітей (дівчат – 16, хлопців – 10) за темою «Здоровий спосіб життя. Профілактика шкідливих звичок».

Для оцінки дієвості програми тренінгів застосовувався моніторинг програми «Діалог» на двох аркушах. З відповідей, вміщених на першому аркуші, діти вибирали потрібну із запропонованих варіантів, а в другому самі записували варіанти відповідей на запитання.

Анкетування дітей провадилося тричі:

1. Для з'ясування рівня знань школярів про здоров'я та ЗСЖ.
2. Для оцінювання результатів дієвості програм.
3. (Через 6 місяців) для оцінювання ставлення дітей до свого здоров'я та дієвості отриманих знань на тренінгах.

Порівнюючи результати першого й другого анкетування, можна визначити результативність 30-годинної тренінгової програми валеолого-психологічних тренінгів. У підлітків покращилась самооцінка, змінилося ставлення до своїх вчинків, до свого життя, до оточуючих людей, відбулася переоцінка цінностей та життєвих орієнтирів. Багато хто з підлітків відверто признався у застосуванні токсичних речовин.

Після аналізу результатів третього анкетування простежується зміна внутрішнього світу дітей, їхнього ставлення до свого здоров'я, активна дія щодо реалізації здорового способу життя [9].

ВИСНОВКИ

Позакласна робота в загальноосвітніх закладах, заняття в гуртках палаців і центрів дитячої та юнацької творчості є ідеальним середовищем для упровадження профілактичних оздоровчих програм для учнів. Тут існують найкращі можливості для здійснення *масового, ефективного і превентивного* впливу на школярів. Молоді люди потребують інформації і можливостей для формування культури здоров'я, набуття необхідних життєвих навичок, а також доступу до послуг і консультацій з питань збереження та зміцнення здоров'я. У навчальних закладах слід впроваджувати тільки високоякісні профілактичні програми, які довели свою ефективність, та надавати роботу за даними програмами підготовленим педагогам та психологам. Профілактичну роботу серед учнівської молоді слід проводити у тісній співпраці з батьками. Дуже важливо залучати молодих людей до планування дій і активної участі у профілактичній роботі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андреева Т.И., Красовский К.С., Гаврильченко А.А., Довбах А.В., Митрофанова Э.А., Овечкина А.А., Салюк Т.А., Богословський А.А. Подход жизненных ситуаций в профилактике табачных проблем. - Киев, 2000. Напечатано при содействии Детского Фонда Объединенных Наций - ЮНИСЕФ в Украине. Часть 1. Руководство ведущего. — с. 140. Часть 2. Сборник жизненных историй. — с. 104. Часть 3. Мифы и факты. — с. 20.
2. Андреева Т.И., Красовский К.С. Методичні рекомендації по проведенню тренінг-курсу для підлітків з питань просвітницької роботи щодо здорового способу життя. — К.: Навчальна книга, 2002. — 47 с.
3. Андреева Т.И., Красовский К.С. Как сделать эффективными школьные программы профилактики курения. - Киев, УИЦПАН, 2000. — 40 с.
4. Всемирный Банк. Сдерживание эпидемии. Правительства и экономическая подоплека контроля над табаком, 1999. — с. 157.
5. Devlin E., MacFadyen L., Hastings G., Anderson S. Evaluation of industry funded "Youth Smoking Prevention" (YSP) campaign. Abstracts of 3rd European Conference on Tobacco or Health. Warsaw, 2002. — p.77.
6. Denscombe, M. Peer group pressure, young people and smoking: new developments and policy implications. Drugs: Education, Prevention and Policy, 2001.
7. Danger! PR in the playground. Tobacco industry initiatives on youth smoking. ASH (London) and Cancer Research Campaign, 2000. — p. 48.
8. Кабацька О.В., Стеценко С.П., Бабак Н.М., Ситник В.В. Психолого-педагогічні основи навчання підлітків здоров'язберігаючим методикам протягом навчально-виховного процесу у сучасній школі. Матеріали VII Міжнародної науково-практичної конференції «Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку». Т. III — Харків, 2006. — с. 135–136
9. Кабацька О.В. Валеологічна просвіта через програму психологічних тренінгів. Матеріали I Міжнародної науково-практичної конференції «Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку». Т. I — Харків, 2003. — с. 149–155.
10. Красовский К.С. Проблемы антитабачного законодательства. Київ, 2001. — с. 88 .
11. Красовский К., Андреева Т. Курс выживания для некурящих. (Напечатано при содействии Детского Фонда Объединенных Наций - ЮНИСЕФ в Украине) - Киев, 2000. — с. 48.
12. Наволокова Н. П. Енциклопедія педагогічних технологій і інновацій. — (Серія «Золота педагогічна скарбниця»). — Харків: Видавнича група «Основа», 2009. — 176 с.
13. Національна доктрина розвитку освіти. Затверджена Указом Президента України від 17 квітня 2002 року № 347. Освіта України. — 2002. — № 33
14. Турищева Л.В. Психологічні тренінги для школярів. — (Серія «Золота педагогічна скарбниця»). — Харків: Видавнича група «Основа», 2009. — 124, [4] с.: іл., табл..
15. Экономика контроля над табаком в Украине с точки зрения общественного здоровья. — Київ, 2002. — с. 145.
16. www.adic.org.ua
17. www.americanlegacy.org
18. www.batrussia.ru
19. www.contact.tobinfo.org
20. www.mychoice.ru
21. www.soippo.edu.ua/shkola-proty-snidu
22. www.youth-non-smoking.ru

